

**JAN-JAAP
LUKAS**



**MAAK WERK VAN
JE TIJD, ENERGIE
EN TALENT**

Boom

**NAWOORD
DOOR
SALEM
SAMHOUD**



Maak werk
van je tijd,
energie en talent

JAN-JAAP LUKAS

Boom

Inhoudsopgave

Voor wie is dit boek?	7
Inleiding	
Bewustzijn of bewust[e]loos?	8
Hoofdstuk 1	
Wil je je tijd vullen of invullen?	12
Interview: Sanne van Soelen en Roelinde Bakker	
<i>'Ik heb geen tijd, dus waarom zou ik erover nadenken?'</i>	22
Hoofdstuk 2	
De voorbereiding	28
Interview: Sophie van de Berge	
<i>'Weggaan als het tegenzit of vechten voor je ontwikkeling?'</i>	56
Hoofdstuk 3	
Wat heb je in huis?	61
Interview: Berry van Gool	
<i>'Ga ik alles overboord gooien en mijn zekerheden loslaten?'</i>	80
Hoofdstuk 4	
Hoe kijk jij naar de wereld?	85
Interview: Dirk Klok	
<i>'Wanneer ben je in vrede met jezelf?'</i>	110
Hoofdstuk 5	
Je hoger doel: wanneer heeft je leven zin?	115
Interview: Florien ten Hove	
<i>'Ik wil mensen (in) hun waarde brengen.'</i>	138

Hoofdstuk 6

Wat wil je bereiken? 143

Interview: Tjeerd Verbeke en Annette Veld

'Achteraf was ik nog niet klaar, nog niet helemaal.' 168

Hoofdstuk 7

Klopt je visie? 172

Interview: Lodewijk de Mol van Otterloo

'Je bepaalt zelf wanneer je leven een succes is.' 186

Hoofdstuk 8

Leef naar je visie! 191**&jij** 226**&ik** 227

Nawoord

door Salem Samhoud 232**Bijlage** 234

INLEIDING

bewustzijn of bewust[e]loos?

Tijd, energie en talent. Het zijn natuurlijke giften van het leven. Maar wat doen we ermee? Ga je bewust om met je tijd, weet jij wat energie geeft en wat energie neemt? Doe je vooral de dingen die passen bij je talenten? Ik hoop het. We denken allemaal weleens na over de invulling van ons leven. En of we daar blij en gelukkig mee zijn. Vaak omdat omstandigheden daarom vragen, minder vaak stellen we die vragen vanuit onszelf. Hoe is dat voor jou? Denk je veel na over bovenstaande vragen? En lukt het dan ook om antwoorden te vinden? Niet voor iedereen is het makkelijk om de tijd te vinden of de moeite te nemen om langer stil te staan bij deze vragen. Waarom is dat eigenlijk? Zijn we zo druk bezig *met* leven dat we geen tijd meer hebben om na te denken *over* ons leven?

De afgelopen zeven jaar heb ik vanuit mijn rol als organisatieadviseur bij *o*-samhoud heel veel mensen mogen begeleiden op weg naar hun persoonlijke visie. Van dichtbij heb ik gezien hoeveel het losmaakt, teweegbrengt en hoe het mensen helpt om veel gericht met hun tijd, energie en talenten om te gaan. Met een persoonlijke visie geef je op een heldere wijze aan wie je bent, wat je kan en wat je wilt bereiken. Mijn rol daarbij is die van vragen stellen en structuur bieden. Dezelfde vragen en structuur staan nu in dit boek. De ervaringen van honderden mensen die in de afgelopen jaren hun eigen visie hebben gemaakt, vormen een belangrijke leidraad in dit boek. Tezamen vormen ze een bron van inspiratie en wijsheid. Inspiratie door de mooie verhalen en voorbeelden, maar ook wijsheid in het onderkennen dat het niet altijd makkelijk is om zelf je keuzes te maken en ernaar te handelen. Soms komen deze ervaringen expliciet terug in interviews of op andere plaatsen als korte quotes.

'Mijn persoonlijke visie is een soort ondertoon die er altijd is. Ik ben me bewuster van wat ik wil, welke keuzes daarvoor nodig zijn, welke overwegingen ik bewust maak om plannen deels stop te zetten. Of plannen juist versneld uit te voeren. Het heeft mij de duw in de rug gegeven om het leven meer te boetseren.' (Dennis – 39 jaar)

Natuurlijk, het is ook niet altijd makkelijk om eerlijk naar jezelf te kijken. Bovendien zijn er vaak minimaal net zoveel redenen om iets niet te doen als om iets wel te doen. Door keuzes te maken breng je soms de huidige situatie in disbalans, zeker op die momenten dat de keuze om verandering vraagt. Maar, hoe mooi zou het zijn als je een helder beeld hebt voor jezelf van wat een mooi en goed leven is? Dit is best een ingewikkelde vraag om te beantwoorden, toch? Een snelle oplossing om deze vraag te beantwoorden biedt dit boek ook niet. Een investering in tijd, energie en aandacht is nodig om tot antwoorden te komen. Het resultaat van deze investering? Een bewust en waardevol leven aan de hand van je persoonlijke visie. In deze visie geef jij antwoord op de vragen wat je kan, wie je bent, wat je belangrijk vindt en wat je wilt bereiken. Deze vragen beantwoord je door invulling te geven aan je kernkwaliteiten, kernwaarden, hoger doel en gewaagd doel. Dit zijn de vier kwadranten van een persoonlijke visie. In de vorm van een persoonlijke strategie maak je ook inzichtelijk hoe je die gaat aanpakken en bereiken. Dit alles geeft niet alleen op korte termijn inzicht en duidelijkheid. Een persoonlijke visie geeft houvast, structuur en richting voor de rest van je leven.

Het creëren van een persoonlijke visie en hiernaar handelen vraagt ongeveer honderd uur aan expliciete tijd en aandacht. Dit lijkt misschien veel, maar dat is het niet. Het helpt je namelijk om in de toekomst het veelvoud aan deze uren niet meer te verspillen aan zaken die niet belangrijk voor je zijn. Daarnaast geeft het je de kans om meer vanuit je persoonlijke kracht te leven. Zo kijk je bijvoorbeeld op andere manieren naar je talenten en zie je meer mogelijkheden om daar (nog) meer mee te doen. Een persoonlijke visie maak je niet alleen, juist de bijdrage van mensen in je omgeving is cruciaal, dus het zijn ook uren die vol zitten met inspiratie en bijzondere momenten. Dit boek gidst je door het proces, geeft je de mogelijkheid om te onderzoeken, te ontdekken en te creëren en uiteindelijk is het de tijdsinvestering meer dan waard. Het brengt je bewustwording, vertrouwen, energie, richting, plezier en voldoening. Op korte termijn en op lange termijn. Nadenken en invulling geven aan je persoonlijke visie stelt je in staat om een spoor achter te laten in plaats van een weg te volgen. Veel plezier en succes!

een gids voor jou

Dit boek wil graag een gids voor je zijn op weg naar je persoonlijke visie. Een gids is vaak op bekend terrein (voor hem of haar) en neemt de rest van de groep mee in zijn wereld. In dit geval de wereld van persoonlijke visiecreatie. Om te komen tot en te leven naar een visie zijn er acht plekken – om in de analogie van de gids te blijven – om te ontdekken. Alle plekken of stappen vormen ieder een hoofdstuk.

HOOFDSTUK 1 begint met een aantal factoren waarom het niet altijd makkelijk is om keuzes te maken en daarnaar te handelen. Ondanks deze barrières of tegenwerpingen helpt een persoonlijke visie om wel de regie te nemen. Maar wat is een persoonlijke visie? En wat brengt een persoonlijke visie?

Vanaf hoofdstuk 2 heeft dit boek meer de vorm van een werkboek. Er staan allerlei oefeningen in om zelf te komen tot je eigen persoonlijke visie en daarnaar te leven. Vanaf dit hoofdstuk begint ieder hoofdstuk met een interview. In deze interviews vertellen verschillende mensen openhartig over hun proces om te komen tot een persoonlijke visie en hoe zij daarmee omgaan. Wellicht helpen deze ervaringen van anderen om te komen tot je eigen visie en bieden ze inspiratie om je eigen keuzes te maken. Na het interview volgt een korte toelichting op het onderdeel van je persoonlijke visie dat in dat hoofdstuk wordt behandeld. Aan het einde van ieder hoofdstuk volgen verschillende oefeningen om zelf te doen. Deze oefeningen tezamen gidsen je naar een persoonlijke visie.

HOOFDSTUK 2 staat stil bij het vertrekpunt of het voorwerk. Waarom wil je überhaupt tijd en energie stoppen in het ontwikkelen van je visie? Daarnaast is het cruciaal om met een open blik naar je toekomst te durven kijken. Tot slot ga je direct in gesprek met mensen uit jouw omgeving om te komen tot een goede visie en om de kans op realisatie van de visie te verhogen.

In **HOOFDSTUK 3** begint de eigenlijke creatie van je persoonlijke visie. Wat heb je al in huis? Je kernkwaliteiten. Dit vormt het vertrekpunt van de visie-

creatie. Kernkwaliteiten zijn de combinatie van natuurlijke talenten, kennis en vaardigheden. De combinatie van kernkwaliteiten geeft antwoord op de vraag 'WAT zou ik moeten doen?'

In HOOFDSTUK 4 gaan we een stap verder en kijken we naar je kernwaarden. Kernwaarden en bijpassende normen geven aan hoe jij wilt omgaan met andere mensen, maar ook hoe jij graag zou willen dat andere mensen met jou omgaan. Waarden en normen geven antwoord op de vraag: 'HOE zou ik het willen doen en hoe kijk ik naar de wereld?'

In HOOFDSTUK 5 geef je meer richting aan deze zoektocht. Dit door je hoger doel te benoemen. Wat is voor jou de zin van je leven? Antwoord op deze vraag brengt vooruitgang, rust, een gevoel van zingeving en op moeilijke momenten geeft het houvast. Verder is een hoger doel vaak een toetssteen om belangrijke keuzes aan te toetsen. Een hoger doel geeft antwoord op de vragen: 'WAARAAN wil ik bijdragen?' en 'WANNEER is mijn leven een succes?'

In HOOFDSTUK 6 geef je antwoord op de vraag wat je wilt bereiken: het gewaagde doel. Dit is de praktische invulling van je persoonlijke visie. Het vloeit voort uit je kernkwaliteiten, kernwaarden en hoger doel. Een dergelijk doel vraagt maximale inspanning en focus om te behalen. Het dwingt je tot ander gedrag en brengt je uit je comfortzone.

Het resultaat van de vorige hoofdstukken is dat de visie nu op papier staat. Uiteindelijk is het doel van dit proces om te leven naar je visie. Die vormt het kloppende hart van je bestaan. In HOOFDSTUK 7 kijken we of de visie ook klopt en of deze het hart vormt van wie je bent en wat je doet. Met andere woorden: zit er voldoende scherpthe in de visie? Om te leven naar je visie is het ook noodzakelijk dat de visie echt van jou is. Jezelf vereenzelvigen met je eigen visie gaat onder andere door deze veelvuldig te delen met je omgeving.

Het leven naar je persoonlijke visie en het bereiken van je doelen vraagt vaak om een strategie en zeker om actie. Een strategie geeft antwoord op de vraag hoe jij het proces gaat invullen om je doelen te realiseren. In HOOFDSTUK 8 formuleer je een strategie. Bij een visie gaat het om rust en energie, bij de creatie van een strategie om vertrouwen. Een strategie geeft vertrouwen in het proces om je doelen te bereiken. Tot slot vertaal je deze strategie door in concrete plannen en acties naar je persoonlijke visie te leven.

'Ik heb geen tijd, dus waarom zou ik erover nadenken?'

INTERVIEW MET SANNE VAN SOELEN
EN ROELINDE BAKKER

Hoe wil je omgaan met je tijd, energie en talent? Op het moment dat je zo ziek bent dat je weet dat je niet lang meer te leven hebt, hoe relevant is deze vraag dan nog? Ga je er dan nog bewuster mee om? Of is het dan juist zinloos om na te denken over je toekomst? Voor velen is dit misschien een theoretische vraag. Voor Sanne helaas niet.

Het was in het voorjaar van 2015. Een nieuwe groep stond aan het begin van hun persoonlijke visie-traject. Een traject van vier dagen verspreid over een aantal maanden. Deze groepen worden gevormd door mensen vanuit verschillende achtergronden en iedere keer is het weer een verrassing wie er in de groep zitten. Soms heb ik van tevoren een intakegesprek, andere keren blijft het contact vooraf beperkt tot een mailwisseling. Deze keer zaten onder andere Roelinde en Sanne in de groep, in die tijd collega's bij Achmea.

Roelinde leek bij aanvang een lichte aarzeling te hebben. Niet zozeer omdat ze het niet wilde of het nut er niet van inzag. Er was gewoon geen ruimte om dit er ook nog bij te doen. Ze had een jong gezin, veel van de zorgtaken lagen – tijdelijk – bij haar en dit combineerde ze met haar baan als innovatiemanager bij Achmea. Ze stond in de overlevingsstand: 'Ik leef van dag tot dag, ik voel niet de ruimte om zelf na te denken over de invulling van mijn tijd. Ik heb geen tijd, dus waarom zou ik erover nadenken?'

Tijdens mijn verhaal over persoonlijke visie en keuzes maken in het leven liet met name Sanne non-verbaal blijken dat mijn inleiding haar raakte. Ik kon haar moeilijk lezen. Ze keek oprecht, geïnteresseerd, maar leek ook emotioneel en op andere momenten was ze in haar hoofd overal, behalve bij ons. Plotseling nam ze het woord: 'Ik weet niet of dit iets voor mij is. We hebben het hier over ons leven, onze toekomst en hoe we die voor ons zien. Op dit moment heb ik een onzekere toekomst. Ik heb een levensbedreigende ziekte en weet niet hoelang ik nog te leven heb. Moet ik dan mijn energie besteden aan dit soort vragen?'

Nu, ruim twee jaar later, heb ik afgesproken met Sanne en Roelinde. Tijdens dit gesprek blijkt al snel de verschillen in de wijze waarop ze invulling hebben gegeven aan hun persoonlijke visie.

Hoe kwamen jullie hier ruim twee jaar geleden binnen?

Roelinde: 'Onze jongste was in die tijd net een jaar. Mijn partner had het moeilijk en er wachtte een reorganisatie. Ik was toen niet eens op zoek. Meer aan het overleven. Bijvoorbeeld al het nadenken over een bucketlist was in die tijd een eyeopener, dat ik ook kon nadenken over wat ik wilde.'

Sanne: 'Nog los van mijn ziekte zaten we ook aan de vooravond van weer een reorganisatie. Dit traject voelde als een cadeau van het management. Omdat dit niet ging over je toegevoegde waarde voor de organisatie, maar echt voor jezelf was. En over jezelf. Onze manager Marjan had dit traject ook gedaan; ze dacht dat dit ook goed voor ons zou zijn. Ik zou hier zelf nooit om hebben durven vragen, juist omdat het zo over jezelf gaat.'

Toen jullie begonnen, wekten jullie de indruk dit niet echt te willen.

Roelinde: 'Mijn leven zat van voor naar achteren helemaal dichtgeregeld. Ik kan dan wel dromen, maar hoe reëel is dat? Ik heb geen tijd, geen ruimte, dus wat ben ik hier aan het doen? Zonde van mijn tijd, dacht ik het eerste uur. Daar moest ik echt doorheen. Het besef dat ik mezelf dit aandeed, was de belangrijkste stap voorwaarts. Dit is niet hoe ik het wil en waar ik blij van word. Nadenken over mijn persoonlijke visie dwong me om even uit mijn leven te stappen en naar mezelf te kijken.'

Sanne: 'Voor mij lag het niet zozeer aan het programma. Het had vooral te maken met mijn energieniveau. Vooral een gebrek aan energie. Moest ik mijn kleine beetje energie besteden aan nadenken over mezelf? Achteraf mis-schien al een eerste vluchtgedachte. In het licht van doodgaan voelt een persoonlijke visie ook zo bizar nutteloos. In die tijd was alles nog heel onzeker en dacht ik dat ik niet lang meer zou leven.'

'Daar ben ik van teruggekomen. Juist dit soort vragen doen ertoe. Ik bleek onbekwaam om te denken en te handelen vanuit mijn eigen behoeften. Ik werd direct geconfronteerd met iets wat ik heel moeilijk vind: nadenken over mezelf. Uiteindelijk liet ik de angst los en ging ik echt voor mijn eigen visie. Door dit met een groep te doen, kwam ik niet weg met makkelijke antwoorden en werd ik iedere keer gedwongen om na te denken over de echte vragen. Dat maakte iets bij me los. Mijn ego of zelfbeeld bleek onderontwikkeld. Ik had onvoldoende scherp wie ik echt ben. Ik hield me vast aan mijn

werkzaamheden, mijn werkgever, de dingen die iedere dag gedaan moesten worden.'

Roelinde: 'Door alle dagelijkse dingen ben je vooral druk met je hoofd boven water te houden. Je komt er niet aan toe om echt na te denken over je toekomst. Soms, tijdens een goed gesprek. Alleen de volgende dag ga je weer verder en dan raakt het op de achtergrond. In mijn werk streef ik altijd naar een bepaald doel. De spiegel op mijn eigen leven was duidelijk: ik had helemaal geen stip om naartoe te werken. Iedere dag was slechts een nieuwe dag om mijn ding te doen of te ondergaan. Dat vond ik echt schokkend om te onderkennen. Daar was ik zelfs verdrietig van. Je loopt voor alles en iedereen, maar hoe zat het eigenlijk bij mijzelf? Ik heb toen de keuze gemaakt: het is nu klaar. Ik wil dit vastpakken en echt nadenken over wat ik zelf wil in mijn leven.'

Is jullie leven nu heel anders?

Roelinde: 'Het is zoveel leuker en rustiger op het moment dat je voor jezelf een plan hebt gemaakt. Je kan je dan vasthouden aan je richting, in plaats van aan de omstandigheden en andere mensen. Ik heb altijd een verlangen gehad om ooit te wonen en werken in Afrika. Alleen meer in de categorie van 'ooit nooit'. Door het te concretiseren en uit te spreken is het mijn gewaagd doel geworden. Mensen weten het, ik ben er volop mee bezig. Er komen dingen op je pad en die plaats je in het perspectief van je doel. Soms betekent dit even een pas op de plaats maken, soms juist een versnelling. Ik ben nu zwanger van ons derde kindje. Daardoor hebben we besloten om een half jaar later te gaan. Een welkome vertraging in de planning.'

Sanne: 'Voor mij is het leven wel anders geworden, maar nog niet direct beter. Achteraf gezien wilde ik te snel. Ik had mijn vizier gericht op mijn doelen. Alleen, ik kan wel een beeld hebben van mijn toekomst, maar denk ik dat of voel ik het ook echt? Is het waar of vind ik dat het waar moet zijn? Achteraf miste ik een fundament, namelijk mezelf. Ik was toch te veel bezig met wat ik moest doen in plaats van met wie ik ben. Ik besepte toen nog niet dat ik deze levensles nog moest leren.'

Hoe heb je deze les geleerd?

'Nog niet zo lang geleden nam mijn werkgever definitief de beslissing om afscheid van me te nemen. Toen knapte er iets. Ik had gevochten en gestreden om bij de organisatie te blijven. Achteraf bekeken raar. Maar mijn fundament lag in mijn werk en mijn ambitie om de oncologische zorg verder te verbeteren. Iedere dag kon ik daar invulling aan geven vanuit mijn positie bij

Achmea. Toen dit ophield, viel letterlijk mijn fundament weg en pas nu besef ik dat ik mijn zekerheden op de verkeerde plek zocht.'

Wat is jullie hoger doel?

Sanne: 'Vanuit balans tussen levensvreugde en arbeidsvreugde een zinvolle bijdrage leveren aan de oncologische zorg. Dat schreef ik toen op. Maar ik had geen idee hoe ik mijn levensvreugde kon verhogen. Ik dacht dat die levensvreugde vanzelf zou komen, als mijn bijdrage vergroot zou worden. Een verkeerde gedachte. Maar ik wist niet anders.'

Roelinde: 'Grappig, de exacte formulering is bij mij minder top-of-mind. Iets van levenskwaliteit van mezelf en anderen verbeteren. Inhoudelijk klopt dit nog steeds en krijgt het ook steeds meer invulling. Levenskwaliteit voor mezelf betekent meer keuzes maken en zelf mijn pad bewandelen. De levenskwaliteit van anderen verbeteren krijgt verder invulling door te wonen en werken in Afrika. We willen daar onze ervaringen en talenten inzetten om de levenskwaliteit daar verder te verhogen.'

Waar liepen jullie tegenaan?

Sanne: 'Ik ben extreem dienstbaar. Ik besta vanwege mijn rol. Mijn hele leven staat en stond in het teken van dienstbaarheid. Ik heb een enorme loyaliteit richting andere mensen. Als anderen iets van me willen dan denk ik niet eens na, ik ga gewoon. Ik werk, dus ik besta. Mijn werk was mijn fundament in plaats van een middel om jezelf te zijn en je doelen te verwezenlijken. Zelfs op de momenten dat ik niet meer kon staan, eten of lopen verzon ik nog een manier waarop ik toch kon werken. Als dat er niet meer zou zijn, dan zou ik bestaansloos zijn geweest. Wat is leven zonder mijn werk? Wie ben ik dan?'

'Natuurlijk speelde angst een grote rol. Angst om zelf te leven. Als ik bezig ben met de oncologische zorg te verbeteren, dan ben ik iemand. Dat gaf mij zekerheid. Mijn werk bij Achmea diende als vlucht. Het gaf me zekerheid, ik wist hoe ik daar moest handelen, daar was ik in mijn comfort. Ik was er goed in, bereikte resultaten. Het is een rare, misplaatste, ongezonde loyaliteit richting een werkgever. Daar heb ik best spijt van. Had ik dat maar eerder gezien of aangedurfd, maar ik denk dat ik deze stap nooit zelf had gezet. In die zin heb ik twee jaar verloren, maar blijkbaar had ik dit nodig. Een beetje zoals in die bekende toespraak van Steve Jobs: "It was awful tasting medicine, but I guess the patient needed it."'

En je persoonlijke visie?

'Mijn persoonlijke visie klopt nog steeds, het geeft me nu ook veel richting. Ik heb die alleen nog niet kunnen realiseren. Met name de levensvreugde. Al heb ik het gevoel dat ik nu op de goede weg ben. Een tijdje geleden heb ik mijn eigen site gemaakt. Het allerleukste wat ik ooit heb gedaan. Want het ging over mezelf, over wat ik te bieden heb. Dat is zo tof. De reacties op mijn site waren hartverwarmend. Er kwamen allerlei mensen op me af met potentiële klussen. Ik heb het antwoord dus in handen. Een plan, een idee, een website, mezelf. Dat ligt er allemaal. Maar ik durf of mag er van mezelf nog niet mee verder. Omdat ik bang ben mijn grenzen weer over te gaan. Ik start een revalidatietraject en wil nu bezig zijn met mijn leven en niet zozeer met mijn werk. Ik vind dat wel lastig, want ik krijg zoveel energie van mijn eigen bedrijf.'

Gaat dit plan, jouw idee, dan over werk of meer over levensvreugde?

'(...) Ja, dat zeg je wel mooi. Misschien gaat het inderdaad meer over het vinden van levensvreugde door nu echt mezelf verder neer te zetten. Misschien heb ik dit inzicht wel nodig om verder te gaan.'

Wat brengt een gewaagd doel?

Roelinde: 'De dingen die nu op mijn pad komen, plaats ik in de context van mijn doel. Neem bijvoorbeeld de laatste reorganisatie. Ik ga straks niet met mijn gezin naar Afrika omdat ik onderdeel was van een reorganisatie. Nee, ik ga alleen *eerder* naar Afrika. Twee jaar geleden dacht ik dat het nog vijf jaar zou duren, nu weet ik dat wij volgend jaar in Afrika wonen en werken. Kortom: dankzij een reorganisatie kan ik twee jaar eerder naar Afrika. Als er geen reorganisatie was geweest, waren wij ook gegaan, dat weet ik zeker, alleen wat later.'

'Andere dingen zoek je juist bewust op. Door mijn doel ben ik gaan solliciteren voor een functie in het bestuur van Dokters van de Wereld. Dit sluit perfect aan bij alle onderdelen van mijn persoonlijke visie. En het brengt me nu ook heel veel contacten en relaties over de hele wereld.'

Hebben jullie veel mensen teleurgesteld door meer voor jezelf te kiezen?

Sanne: 'Ik wou dat ik juist meer mensen had teleurgesteld.'

Roelinde: 'De grap is juist dat ook voor mensen in mijn omgeving dit veel beter is. Ik ben nu open over wat ik wil en waar ik voor sta. Eigenlijk heb ik

helemaal niet zoveel mensen teleurgesteld. Ik denk zelfs dat ik veel meer voor anderen heb kunnen betekenen de afgelopen jaren, omdat ik meer op mezelf was gericht en op wat ik wil. Soms was het ook wel spannend. Zo werd ik gevraagd voor een nieuwe functie. Ik heb toen gezegd dat ik dit niet wilde. Ik wilde namelijk helemaal geen nieuwe functie. Mijn collega's keken me echt aan alsof ik gek was geworden. Dit had ook verkeerd kunnen aflopen omdat ik in principe geen geschikte baan mag weigeren, wil ik recht blijven houden op ons sociale plan. Maar dat risico moest ik dan maar nemen. Toch voor de functie gaan zou betekenen dat ik verder af kwam te staan van mijn droom en dat wilde ik niet. Gelukkig is het goed afgelopen en heb ik een mooie tijdelijke klus gevonden die ik over een paar maanden afrond.'

Hebben jullie nog een gouden tip?

Roelinde: 'Tijd om na te denken over je visie en in actie te komen in de agenda claimen, je persoonlijke visie uitspreken en hulp vragen.'

Sanne: 'Het traject van persoonlijke visie gaat echt over wie je bent. Niet alleen over je doen of je doelen. En dat is moeilijk. Of je weet nog niet wie je bent, of het is zo vanzelfsprekend dat het ook moeilijk is om te expliciteren. Eerst helderheid over je zijn en dan pas nadenken over je doelen. Want wie je bent, neem je ook mee als je bezig bent met het verwezenlijken van je doelen. Als er contact is tussen je zijn en je doelen is de kans ook groter dat je je mooie doelen gaat realiseren.'